



# BADMINTON

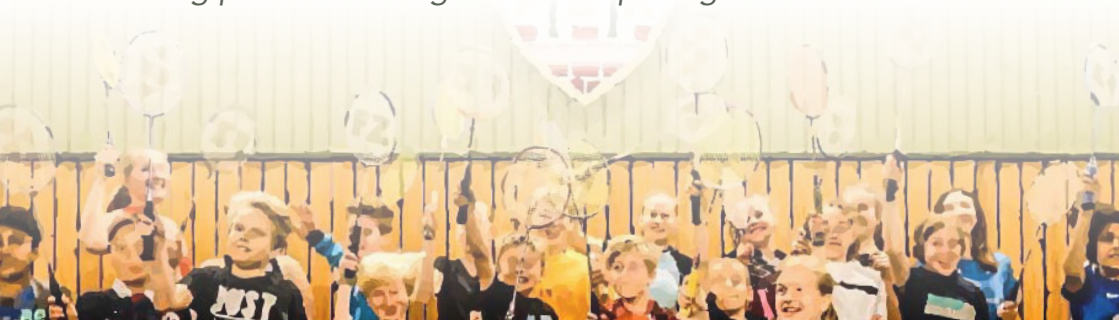
- det er for børn!

**Frederiksberg Badminton Klub** har en vision om at udvikle badminton-begejstrede børn og unge i et anerkendende, socialt foreningsmiljø.

**Badminton** er en teknisk baseret sportsgren, der udvikler både rumopfattelse, koordination, reaktionsevne og balance - og vi tror på, at både piger og drenge kan have stor glæde af at spille badminton, hele livet.

**Træningen** følger de aldersrelaterede anbefalinger for børns udvikling, og der arbejdes både med badminton specifikt og det sansemotoriske fundament generelt.

*Kom og prøv en træning - læs mere på bagsiden!*



# BADMINTON

- det er for børn!



Vi bruger ketchere, bolde, baner, net og hal til at sammensætte små læringsforløb - og bænke, stiger, kegler, hulahopringe, sjiptov, musik og fortælling til at hjælpe det hele på vej.

Det kan godt blive både lidt vildt og lidt svært, og man bliver næsten helt sikkert forpustet undervejs, men det er meningen: Det er nemlig her, der sker den største udvikling hos børnene - og det er også her, det opleves som rigtigt sjovt!

Vi har specielle ketchere til små hænder og arme (så det skal man ikke have med), men det er en god idé med sko til indendørs sport.

*Det er gratis at komme og prøve.*

Kontakt vores kontor på **fbk@fbk-hal.dk** eller læs mere om ungdomsafdelingen på **www.fbk-hal.dk**.

## Vores træninger er inddelt efter fødselsår som følger:

2015/2016: lørdage 10-11\*  
2013/2014: onsdage 16-17  
2011/2012: lørdage 11-12

Frederiksberg Badminton Klub  
Rolighedsvej 31  
1958 Frederiksberg C  
www.fbk-hal.dk  
fbk@fbk-hal.dk  
30 45 18 87



\* Spillere under 7 år skal have en voksen med, der aktivt kan deltage og støtte barnet under træningen.

